

Anmeldung

Seminar: „Schritte in die Leichtigkeit –
neue Wege für Trauernde“
vom 01. bis 03. Mai 2024

Ort: Ev. Tagungsstätte Löwenstein

Beginn: 01. Mai 2024, 11:00 Uhr

Ende: 03. Mai 2024, 14:00 Uhr

Kosten: Euro 495,00 (2 Übernachtungen
im EZ, Vollpension, Seminargebühr)

Bitte melde dich schriftlich per Mail an unter
info@matthiaskopp.com.

Bei freiem Seminarplatz wird dir die Bankverbindung
mittgeteilt. Nach erfolgter Zahlung ist der Seminar-
platz fest für dich reserviert. Die Teilnahmebedingun-
gen und Stornierungsregelungen kannst du den AGB
auf www.matthiaskopp.com entnehmen oder schrift-
lich anfordern.

Am Donnerstag, während der Mittagspause von 13:00
bis 16:00 Uhr, steht dir eine der beiden nachfolgenden
Möglichkeiten als Option zur Verfügung (kann am An-
fang des Seminars kostenlos dazu gebucht werden)

1. Möglichkeit: Leichtigkeit erleben (ca. 30 Minuten)

Bei Beatrix Warnck – siehe unter „Was dich erwartet“
Info unter: www.freier-bewegen.de

2. Möglichkeit: Einzelgespräch (ca. 30 - 45 Minuten)

Bei Matthias Kopp oder Matthias Warnck

Bei Bedarf führen wir Einzelgespräche durch. Damit
können wir uns deinem Anliegen ganz gezielt widmen.

Kontakt

Matthias Kopp
M 0152 38992489
@ info@matthiaskopp.com
www.matthiaskopp.com

Matthias Warnck
T 0791 48023
M 0157 54255627
@ matthias.warnck@gmx.de
www.freier-bewegen.de

Beatrix Warnck
T 0791 48023
M 0160 7860882
@ beatrix_warnck@gmx.de
www.freier-bewegen.de

Evangelische Tagungsstätte Löwenstein
Altenhau 57
74245 Löwenstein
www.e-tl.de



Wer dich begleitet



Matthias Kopp

Qualifizierter Trauerbegleiter und Certified Clarity Coach. Lehrbeauftragter für die Themen Trauer und Spiritualität an der Dualen Hochschule Baden-Württemberg (DHBW).



Matthias Warnck

Zertifizierter Trauerbegleiter
Speziell für den Trauerprozess entwickelte Bilder innerer Haltung und deren körperliche Ausdrucksformen
Zertifizierter Praktiker und Tutor der TRAGER® Methode (www.freier-bewegen.de)
Systemischer Paar- und Familientherapeut



Beatrix Warnck

Zertifizierte TRAGER®-Praktikerin seit 2004
(www.freier-bewegen.de)
Langjährige ehrenamtliche Sterbe- und Trauerbegleiterin des Hospiz-Dienstes Schwäbisch Hall
Seit bereits 15 Jahren leite ich Seminare, bei denen die TRAGER® -Arbeit ein wesentlicher Bestandteil ist.

Was dich erwartet

Begegnung:

Unser Anliegen ist es, einen Rahmen zu schaffen, in dem sich Menschen in Trauer unkompliziert kennenlernen und austauschen können. Zugleich bieten wir Impulse und unterstützende Methoden, um neue Wege in der Trauer gehen zu können.

Am Donnerstag in der Mittagspause sind Einzelgespräche möglich (siehe bei Anmeldung)

Gemeinsam Wandern

Wenn das Wetter es zulässt, wollen wir in der umliegenden herrlichen Natur kurze Wanderungen von 1,5 bis 2 Stunden machen. In der Natur sehen und erleben Menschen hautnah, wie Wandlung passiert: Altes stirbt ab, Neues bricht hervor. Alles ist im Kreislauf. Hier finden wir sehr viele Parallelen zu unserem Leben und zu unserer Trauer. Wir wandern gemeinsam mit offenen Sinnen und bekommen unterwegs Impulse, die uns bei der Bewältigung unserer Trauer unterstützen.

Sieben Bilder innerer Haltung

Über den körperlichen Ausdruck wird unsere individuelle innere Haltung deutlich wahrnehmbar. Manche Haltungen sind uns vertraut, andere fühlen sich ungewohnt und fremd an. Wir bekommen die Möglichkeit, uns mit Unvertrautem bekannt zu machen, damit wir spielen und uns auszuprobieren. Wir dürfen in einem sicheren Rahmen Kontakt zu unseren unterrepräsentierten Seiten aufnehmen und die energetische Gewichtung probenhalber verschieben. So eröffnen sich neue Möglichkeiten für den weiteren Lebensweg.

Was dich erwartet

Leichtigkeit erleben

Entspannungseinheiten während des Seminartages mit einer kurzen Sitzung auf der TRAGER®-Liege führen zu mehr Ruhe und Erholung. Wenn der Körper erholt und gestärkt ist, kann der Geist frei für neue Inhalte sein. TRAGER® ist eine Einladung, dem Körper Leichtigkeit zu zeigen, die mühelos in den Alltag integriert werden kann und lange nachwirkt. Durch die Erinnerung an das erlebte Seminar werden auch später die körperlichen Erfahrungen immer wieder aktiviert und positiv verknüpft.

Sonst noch...

Wir wollen Leichtigkeit erleben – indem wir abends vielleicht am Feuer sitzen oder uns auf spielerische Interaktionen einlassen. Natürlich darf bei uns auch gelacht werden. Es ist erlaubt und wichtig für unsere Heilung. Auf jeden Fall wollen wir uns kulinarisch mit Vollpension verwöhnen lassen und stärken.

Wo für dich gesorgt wird

Hoch über dem Weinsberger Tal, direkt in den Weinbergen, liegt malerisch die Evangelische Tagungsstätte Löwenstein mit einem einzigartigen Blick hinunter zum Breitenauer See und über die „Schwäbische Toskana“.

Wir haben für alle Teilnehmende ruhig gelegene Doppel- oder Einzelzimmer mit eigenem Bad/WC/Dusche gebucht, ebenso Vollpension mit reichhaltigem Frühstücksbuffet, Mittagessen, Kaffee & Kuchen und Abendessen. Alle Mahlzeiten werden als Buffet angeboten, selbstverständlich sowohl mit Fleisch/Wurst als auch vegetarisch ohne Voranmeldung.

Für unsere Gruppenprozesse stehen freundliche Tagungsräume, zumeist mit eigenem Gartenanteil, zur Verfügung.